

## Abstract (French)

**Contexte:** Jusqu'à ce jour, la Suisse ne disposait pas de données nationales représentatives de la population sur des paramètres anthropométriques mesurés, ainsi que sur les comportements alimentaires pour établir des stratégies de santé et des recommandations. Les données de la première Enquête Nationale sur l'Alimentation (menuCH) complètent désormais celles d'enquêtes précédentes, comme les Enquêtes Suisses sur la Santé ou l'Enquête Suisse sur le Sel, pour informer les politiques de santé publique et les professionnels de la santé.

**Cadre:** Enquête nationale de population, transversale, conduite de janvier 2014 à février 2015. Les données collectées sur 2085 participants âgés de 18-75 ans représentent 4'622'018 habitants (49.9% hommes et 50.1% femmes) qui résident dans les trois régions linguistiques principales de la Suisse (alémanique, romande et italienne).

**Méthodes:** Les entretiens ont été réalisés en allemand, français ou italien par des diététiciennes formées dans 10 centres d'étude. Après avoir signé un consentement éclairé, les participants ont complété un questionnaire papier, portant sur les comportements alimentaires et sur l'activité physique ainsi que sur des caractéristiques anthropométriques et sociodémographiques. Le poids, la taille et le tour de taille ont été mesurés de façon standardisée. L'indice de masse corporelle (IMC) et le tour de taille ont été catégorisés selon les définitions de l'OMS. Des analyses descriptives pondérées ont été faites, en stratifiant par sexe, âge, régions linguistiques et niveau d'éducation.

**Résultats:** Le taux de réponse net était de 38%. L'IMC moyen était de 25.9 kg/m<sup>2</sup> chez les hommes et de 24.1 kg/m<sup>2</sup> chez les femmes, avec peu de différences interrégionales. L'IMC moyen, basé sur des mesures, était de 23.5, 25.0, 25.9 et 26.1 kg/m<sup>2</sup> dans les tranches d'âge de 18-34, 35-49, 50-64 et 65-75 ans, respectivement. La prévalence de surpoids et l'obésité était de 41.6% et 13.9% chez les hommes, 19.7% et 11.3% chez les femmes, 31.0% et 12.5% en Suisse alémanique, 29.9% et 12.3% en Suisse romande, et 30.1% et 15.6% en Suisse italienne, respectivement. La prévalence d'un tour de taille à risque cardio-métabolique élevé, et très élevé, était de 16.7% et 16.5% globalement, 18.6% et 16.4% chez les hommes ainsi que 14.8% et 16.6% chez les femmes, respectivement. Environ 53% des personnes dans la population souhaitent perdre du poids. Trois personnes sur 4 dans la population ont entendu parler de la pyramide alimentaire suisse et deux tiers des personnes connaissaient la campagne «cinq par jour». Parmi les régimes particuliers, 4.9% de la population rapporte suivre un régime végétarien, 4.1% un régime de restriction calorique, 3.3% un régime pauvre en graisse et 2.6% un régime sans lactose. Une proportion substantielle de la population (56.4% des femmes et 38.1% des hommes) a rapporté prendre des suppléments vitaminiques et/ou minéraux. La majorité de la population (>80%) prend un snack au moins une fois par jour, avec des comportements semblables durant les jours de la semaine ou ceux du week-end. Plus de femmes que d'hommes rapportent passer un long temps (c.à.d. >40 minutes) à cuisiner des repas chauds (50.3% vs 30.7%, respectivement). Le repas le plus fréquemment sauté est le petit déjeuner (5.2%), suivi du repas de midi (2.2%) et de celui du soir (0.6%). Environ la moitié de la population rapporte marcher au moins 30 minutes par jour, plus de 5 jours par semaine. La majorité des personnes dans la population (87%) rapporte être entraînée, régulièrement physiquement active ou irrégulièrement active, et remplit ainsi les recommandations actuelles. Un tiers de la population rapporte passer plus de 8h30 par jour en position assise, ce qui reflète un haut niveau de sédentarité.

**Conclusion:** menuCH, la première Enquête Nationale sur l'Alimentation, apporte de nouvelles informations importantes sur le surpoids, l'obésité et le tour de taille, se basant sur des données mesurées, chez les personnes âgées de 18 à 75 ans vivant dans les trois régions linguistiques principales de la Suisse. L'enquête montre également que les connaissances sur les recommandations nutritionnelles sont très bonnes, que des suppléments vitaminiques et/ou minéraux sont fréquemment consommés, et que les façons de cuisiner rapportées par les hommes sont différentes de celles rapportées par les femmes. Les niveaux d'activité physique rapportés sont très élevés, malgré un haut niveau de sédentarité.